EGYPT FLOOD HELP

إرشادات الأمان والسلامة الشخصية للتعامل مع الأمطار والسيول

وزع . اطبع . انقذ ناس

الإصدار الأول - نوفمبر ٢٠١٥ م

www.egyptfloodhelp.blogspot.com - facebook.com/EgyptFloodHelp - twitter.com/EgyptFloodHelp - www.twitter.com/EgyptSnowHelp

تعليمات مرحلة الاستعداد السيول

قائمة المهام المطلوبة وأمامها مربع تكتب به علامة صواب ✓ بعد الانتهاء منها	التمام
1- قسم أشياءك الهامة المذكورة بالأسفل إلى حقيبتين:واحدة بها ما يلزم لخيارالفرار السريع والاخرى ما يلزم للبقاء فترة بالمنزل	☐
2- تابع أخبار الطقس يوميا من الاخبار ومن الناس حواليك حتى لا تجد ان مدينتك دخلت حزام السيول فجأة وانت لم تستعد.	☐
3- لا تتهاون مع الامطار الغزيرة لانها قد تتحول في دقائق لسيول قاتلة.ولأن تخطيء في استعداد زائدخير من خطأ بتهاون مميت.	☐
4- اتصل ولو بخمسة من حيرانك او اقاربك او زملائك لتحذرهم لان ليس كل الناس تدرك ضرورة سرعة التصرف.	☐
5- اجمع الاوراق والمستندات الهامة والشيكات والاموال بمكان محدد تمهيدا لوضعها في شنطة بلاستيكية مغلقة بإحكام ضد الماء.	☐
6- اعمل شنطة اسعافات اولية وبها خزين ادوية منتظمة - كأدوية السكر والقلب - تكفي شهر، لاحتمال غرق الصيدليات ووقوعك تحت حصار السيول والثلوج وعدم امكانية الذهاب لأي مكان للحصول على الدواء لمدة شهر.	☐
7- توفير كمية من مياه الشرب والاغذية الجافة او طويلة الصلاحية كالعسل والارز والعدس والفول والبامية والتمر الناشف والجبن وعلب اغذية محفوظة مع فتاحة علب والادوية تكفي شهر، وكذلك البان وحفاضات الاطفال في شنط جاهزة للتحرك.	☐
8- املأ خزان السيارة بالوقود واحتفظ بجراكن بنزين لاحتمال عدم وجود محطات بنزين شغالة.	☐
9- رتب مع اقارب او معارف في اماكن آمنة مرتفعة قريبة للنزوح الفوري عند بداية نذر السيول مثل الابراج السكنية القريبة.	☐
10- جهز خطة الانتقال اليهم بانتقاء طرق وشوارع داخلية نظيفة وبعيدة عن مصادر المياه والترع	☐
11- تحديد الاجهزة الكهربائية والاشياء القابلة للتلف بالمياه التي يجب رفعها عن الارض وسيتم رفعها على اي شيء.	☐
12- ترتيب نقل الاطفال ومسلتزماتهم.	☐
13- تحديد طرق الانتقال ووسيلة الانتقال وقت مهاجمة السيول او الثلوج، ووضع أكثر من بديل.	☐
14- جهز بطاريات موبايل استبن/باور بنك مشحونة ومتاحة لاحتمال انقطاع الكهرباء عندضرب العواصف لأعمدة وأبراج الكهرباء	☐
15- جهز بطاريات تكفي تشغيل عدد من كشافات الطواريء لمدة شهر ويفضل انواع طويلة المفعول مثل انرجايزر او باناسونيك.	☐
16- الاحتفاظ بحقيبة انقاذ بها قارب عوم من قوارب المصيف التي يتم نفخها، وكذلك عددا من اطواق السباحة يكفي أفراد الاسرة وحبل 30 متر وكمية من الاكياس البلاستيكية الكبيرة والصغيرة النظيفة مطبقة وعدة زجاجات بلاستيك متوسطة الحجم نظيفة فارغة مغلقة تستعمل لطفو الحبل عند القائه لغريق وكذلك خوذات دراجات لو امكن لتفادي الاشياء المتطايرة.	☐
17- جهز صفارة قوية لاستعمالها عند وجود من يبحثون عنك من فرق البحث او فقدان القدرة على النطق من الخوف.	☐
18- تثقيف الابناء والجيران بهذه الورقة وتدريبهم عليها في نوبات طواريء تجريبية بالمنزل.	☐
19- تجهيز ملجأ بسطح المنزل —سقفه من مواد غير قابلة للاشتعال بالصواعق –في حالة مداهمة السيول قبل التمكن من الاخلاء	☐
20- وجود عدة أحذية بوت طويلة لاحتمال الاحتياج اليها.	☐
21- الهارد ديسك او اللاب توب.- شمع وكبريت.- لعب صغيرة لتسلية الأطفال.- جيل وفوط لتنظيف الأيدي بدون ماء.	☐
22- ورقة بها أهم عناوين وتليفونات الاقارب والاصدقاء، ستحتاجها لو الموبايل عطل.	☐

تعليمات مرحلة إخلاء المكان والإنقاذ أثناء السيول

أولا: الفئات الأولى بالإخلاء الفوري من المكان المعرض للسيول:

1- المسنين والرضع والأطفال.

2- أصحاب الوزن الثقيل والأمراض المعيقة من الحركة السريعة بمفردهم أو باستعمال وسائل انقاذ.

3- أصحاب الإعاقات الحركية والذهنية والبصرية.

4- أصحاب الامراض المعتمدة على الدعم الطبي المستمر للحياة: الغسيل الكلوي - علاج السرطان

ثانيا: ماذا تفعل قبل مغادرة المنزل او المكان المتواجد فيه

1- سرعة التصرف والالتزام بقائمة المهام هنا - checklist - يضمنان النجاة قبل وصول حصار السيول.

2- لو دخل السيل منطقة منزلك وانت خارجه، الزم مكانك الحالي، ولا تغامر بالذهاب للمنزل لانقاذ من فيه، فقد تغرق قبل وصولك، ولكن عليك ارشادهم تليفونيا باتباع هذه الارشادات التي يجب ان تكون معلقة بالمنزل ومتعرفين عليها من قبل، والا يحاولوا الإخلاء.

3- افصل الكهرباء عن الشقة بتنزيل الفيوزات.- اغلق محبس الميه والغاز.

4- سد البلاعات حتى لا تدخل عليك مياه الصرف الصحي نتيجة غرق مواسير المنطقة بالخارج.

5- اغلق الابواب والشبابيك و غطي فتحات التهوية والشفاط والتكييف بإحكام أو لاصق وأربطة.

6- لاتترك حيوانات اليفة واصطحبها معك وان لم تتمكن فاتركها في سطح المنزل مع طعام وماء يكفي شهر.

7- لا تترك اغنام او حيوانات مزرعة في زريبتها وانقلها معك وان لم تتمكن فاتركها في سطح المنزل مع طعام وماء يكفي شهر او اترك لها باب المزرعة مفتوح لتتمكن من العوم او ينقذها احد.

8- حدد مكان النزوح بسرعة حسب الخطة والترتيب السابق، واذهب فورا اليه دون تأخير دقيقة واحدة أو تردد.

9- لا تنسى حقيبة الانقاذ التي تحتوي قارب مطاطي واطواق نجاة مطبقة خفيفة الحمل وحبل طويل وبقية المستلزمات.

ثالثا: ماذا تفعل خلال رحلة إخلاء المنزل والنزوح

1- لا تقترب من أكشاك الكهرباء واعمدة الانارة واعمدة كهرباء الريف وابراج الجهد العالي والأشجار.

2- لا تسير على قدميك وسط مياه السيول حتى لا تتعثر أو تسقط في حفرة مفتوحة أو تحتك بمدن او زجاج قاطع لا تراه. وحتى لا تنجرف معها حتى لو كان عمقها قليلا.

3- لا تسمح لماء السيول بالدخول الى فمك او عينك او معدتك او الوصول الى طعام تتناوله لأنه غالبا ملوث.

4- لا تقترب من الحفر والجبال والهضاب مثل طريق المقطم حتى لا تتعرض لانهيارات الصخور بفعل السيول.

5- حاول تفادي الطرق والكباري فوق الانهار او المجاري المائية او المعرضة لخطر السيول.

6- اترك السيارة فورا انت ومن معك لو حاصرتها السيول والجأ الى مكان متين يحفظك من الانجراف لأن السيول تكون سرعتها وقوتها شديدة.

7- احتفظ بجهاز راديو قوي لمتابعة ارشادات الاعلام.

8- لا تستخدم المصاعد. ابتعد عن مواجهة النوافذ والزجاج.

رابعا: ماذا تفعل بعد العودة إلى المنزل الغارق بالسيول

1- عدم الدخول لو شممت رائحة غاز.

2- عدم الدخول الا بعد انتهاء السيول

3- عدم الدخول دون استعانة بكهربائي حتى لا تتعرض لصدمات كهربية.

4- استعن بشركة نظافة متخصصة.

5- اذا لم يكن هناك بديل عن استعمال الملابس التي تعرضت لمياه السيول مرة أخرى فلابد من غليها.

6- أرضية المنزل والحوائط والاخشاب تكون قد تأثرت وقد تؤدي لإصابتك. حاول اختبار صلابة أي شيء وتحمله قبل التعامل معه.